

《研究資料》

転移と指導プログラム —小学校体育科運動領域の順列化（その2）—

大瀬 隆・中島 義夫・米谷 豊彦

キーワード：転移と干渉、水泳の指導系統、学習指導要領

I はじめに

筆者らは、『小学校学習指導要領の解説と展開：体育編（2008）』に示された《転移》に着目し、本学こども発達学科小学校教職課程選択科目『子どもの体育』の指導プログラムを対象とし、「なにを転移させるのか」「なにが転移しているのか」を問い、その転移内容を反映させている“実践報告”を対比させ、動作構造の類似性を追求してきた。

そして『その1』（2013）では、教材の特質規定から発展的に構築された指導系統に連鎖する「転移の内容」を検討することが、学習者の“わかって、できる”ことを深化させるが、「干渉現象」への留意も重要であると示唆した。

そこで本論では「ポジティブな移行（転移）と混乱作用（干渉）」が複合的に発現するといえる「水泳教材」をとりあげ、『その1』と同様の検討を加えるものである⁽¹⁾。

II. 指導プログラムの提示

【水泳集中授業の概要】

	(1日目)		(2日目)	
	説明・準備		説明・準備	
(実技Ⅰ) 60分	[初心g] 感覚練習A	[初・中級g] 先行技量の把握	[初心g] 感覚練習B	[初・中級g] 習得技量の確認
(実技Ⅱ) 60分	基礎泳法 ↓	基礎泳法 ↓	基礎泳法から クロール ↓	基礎泳法から クロール ↓
(実技Ⅲ) 60分	基礎泳法 ↓	基礎泳法から 平泳ぎ ↓	基礎泳法から 平泳ぎ ↓	平泳ぎ クロール ↓
	↓	↓	↓	↓

【指導プログラムの特徴】

- ①実技Ⅰは一般遊泳コース、実技Ⅱ・Ⅲは専用1コース(25m)での指導となる。
- ②指導体制の制約はあるが、生命に直結する教材であることから“バディによる相互学習(練習課題の把握)”を実技Ⅰから徹底する。
- ③“先行技量の差”から生じる獲得技能を考慮し、2日目の実技Ⅱで受講者全体がクロールの習得を目指す過程を置いている。

○指導内容とポイント ●求める転移内容

＜感覚練習A・B＞

- 感覚練習Aは、ウォーキング・水中感覚を意識したボビングなどの「水慣れ」であり、“ゆっくりとした歩・沈み・浮き”の動作感覚を重視する。
- 感覚練習Bは“平浮呼吸”の反復であり、「首」に動作焦点を置き、体幹の不安定性を伴いながらも“水中での体感”を獲得することを狙いとする。
- 力みの無いゆったりとした水中動作及び呼吸に伴う首の動作が体幹の姿勢に直結していることを捉えさせる。

＜ドルヒラ＞⁽²⁾

- 呼吸：「吐く～吸う」を単位とし、初心レベルでは「吐く」を意識させるが、“口唇・頸部の過剰動作”には特に注意する。
- ボビング：「呼吸練習～平浮」の系統は、“ゆっくりと(スローモーションで)頭部まで沈む・顔を水面に出す”ことで「首の前屈・後屈動作の脱力感」までを捉えさせる。
- この段階になると、腕との初期的な協応動作のタイミングを図ることが可能となるが、練習プールの状況のみで過剰な課題とならないよう留意する。よって、ボビングに至る「両手を前に伸ばして・上体を少し前に伸ばすように歩きながら～両手を下に押えるようにかきながら・ゆっくり前へもどして→呼吸」との過程は、プールの状況からバディごとの確認・練習となる。
- 平浮呼吸：プールの随所で個々の練習が可能であり、①10呼吸以上楽に続けてできること、②首を起こすことに伴う“ゆったりとした沈み”を指標としている。
- バディは、“沈みの大きい脚部に軽く触れ、脱力を促す”などの補助や“首動作による膝部からの軽い屈曲(頸反射)・足先部の定位(足首のロック状態)”を確認する。なお、恐怖感から平浮への制御(移行)が難しい場合は、多目的プール(水深80cm)を活用する。
- “浮の意識化”が重要な課題であり、呼吸動作への伝導を理解することが、クロールや平泳ぎでの体幹制御への転移を生む⁽³⁾。
- 初心レベルでは、脚の動きまでは意識化されていないが、この過程で平浮の体幹制御が獲得されると“1キックで浮いて・2キックで進む”の動作意図が理解される。しかし、不十分な息つ

ぎや緊張と不安感から“浮を体感”することの難しさも認められる：対比実践報告 A。

●バタフライやクロールは脚の上下動作という点で類似した構造を持ち、「クロール動作がドルフィンキックの前に習得され、その後に両者が一緒に改善されていくので、バタフライの初心者には、交替ビート動作（クロール）の外乱作用を受けて、両脚をそろえたキック動作の間に、バタバタという交替的な脚動作が見られる」、そして「干渉は、感覚情報と言葉の情報を意識して処理し、改善することによって、また、運動記憶内容をより精密にして、動作のプログラムをこまかなものにすることで、消えていく」（マイネル、1991）とされる。

本学の実践においても、バタ足の動作経験を持つものが大半であり、頸部・手指部の緊張から呼吸動作での「バタバタという交替的な脚動作」を観察する。この脚動作は、特に初心者では無意識的であり、泳ぎのリズムの乱れや疲労感に直結する。よって、干渉による乱れに対応すべく、平浮呼吸の練習を重視している。

《クロール》

○前方への呼吸動作が横（後ろ）方向となるが、頭部動作は“腕のプル動作に先行させること・前方に伸ばした腕に耳を乗せる動きであること”を意識させることで対応できる。

○レグレス：呼吸動作をゆっくり行うことで、ローリングが強調される。よって、無意識のキックが現れるが、“脚は姿勢制御のために動いていること”を理解させ、小さな・力感を伴うキック（無意識な動作）に留意しながら、ビート数を決めつけない⁽⁴⁾。

○初期的には、リカバリーからの入水の深さが浅くなり、沈みがちな姿勢制御に繋がる。呼吸後の“首のもどし”とともに、“伏し浮きの体幹より深く”腕の伸びを意識させることで流動性が獲得される。

○ストロークライン：「親指側からの入水・プル・小指側からのリカバリー」は、ボディとの相互チェックが可能であり、25mでの呼吸数の変化を確認する。

●ドルヒラ泳法での「首の起こしを先行させた呼吸動作」は転移しており、さらに「首部のもどし」を意識化することで“姿勢制御とプルライン”の獲得へ繋がるものといえる。

●導入動作は主要局面の開始にあたっての不可欠な筋の緊張を作り出し、最も適した筋系の準備状態に反射的にもちこむが、「ドルフィン動作やクロール動作のときに、下方動作が上方動作のなかにスムーズに移ってゆかないと、筋系の最適の予備緊張は十分に利用されはしない。より強く力をいれるのは新しい運動に入るのに必要であるが、しかしこれは非経済的であり、すぐに疲労におちいってしまうものであり、その疲労は初心者の場合にスムーズさのない角ばった運動によってきわめて早く現れてくる」、そして「胴体から四肢に向っての運動の伝導のときにも、相応に流動が必要なことは理由づけられる。ドルフィン動作、クロールのビートあるいは槍投げの場合には、個々の関節が順次性をもってスムーズに働かされることは、そのつど次の関節のもっともよい準備を保証しているのである」（マイネル、1981）とされる。

本実践の指導系統では、レグレスで“呼吸動作の流動と身体バランスを保つ伝導”を獲得させることを意図しており、発展的に“ダウンキック後の脚の脱力”を意識させ、上方動作では踵部が水面上に出ないことを確認させている。よって、“プルの最大域にダウンキックを同調させること”が主点であり、ビート数で泳ぎのリズムを求めるものではない。

《平泳ぎ》

○ストローク：“1キックドルヒラ”で泳ぎのリズムを捉えさせる。

○プラインの集束（手部）を意識させ、そこから“首のもどし”に次いで腕のリカバリーが連動し“伸びのある泳ぎ”に繋がることを理解させる。初期的には、水面に出るような浅いリカバリーとなるが、頭部の動作を意識させることで“姿勢制御に繋がる伸び”が獲得できる。

○キックの推進力を補うため“ドルフィンキックの足首の定位”を意識させる。ここであえて足首の方向を意識させることが、平泳ぎのキック（足首の返し・けりの方向・キック後の脱力）の獲得に繋がるものとおさえている。

○キック：足首の動作に留意させることで下肢部の可動範囲（動作流動）を理解させ、その獲得とストローク数の変化をバディと確認する。

●ドルヒラ泳法の呼吸動作の転移は容易であるが、“頭部の入水動作”をより意識させることで、推進力を妨げる脚動作（大腿部）の力感の低減に繋げている。

●一般に頭部の後屈によって胴体を伸ばす動作が、その前屈によって胴体を曲げる動作が誘われ、「水泳でよく知られていることは、頭部の保ち方によって水中における身体の、とくに胴体の位置が大きく左右されることである。さらに、ブレスト泳者やバタフライ泳者たちは誘導的な頭部の動かし方によって泳ぐ動作を助けようとしている。しかし、これはそれと結びついて滑らかな伸身の体位が妨げられるために、かならずしも合目的だとはいえない」、そして頭部が先行するときに大切なのは視覚による定位であり、「多くの運動にきわめて重要な視覚による定位は一定の姿勢反射と立直り反射が引き起こす頭部の運動ないし頭部保持をさせることになる。頸筋群によって起されるこれらの反射こそ頭部から胴体に向かって行なわれる運動伝導の基礎なのである」（マイネル、1981）とされる。

よって指導過程では、“プルの集束から頭部の先行入水”を獲得させ、“膝の開きは狭く、踵をあげて下方へタマゴ型を描くキックの集束”へと意識化させている。

【学習指導要領との関連】

椿本（2011）は、新学習要領での水泳系に関し、以下の諸点を示唆している。

《今回の新しい学習指導要領における水泳系では、主な改訂のポイントとして3点指摘できる。すなわち、小学校における「初歩的な泳ぎの重視」、中学校・高等学校における「目安という泳距離の目標」「水泳理論・安全教育と体育理論の関係」である。》

さらに、「初歩的な泳ぎ」との概念が導入されたことは大きな意味を持ち、《クロールや平泳ぎなど高学年以降の水泳領域で学ぶ内容の前段階の学習を充実させるべきであるとの判断から、楽しみながら水の中で運動することを改めて見直し、低中学年の4年間を有効に活用することがめざされたわけだが、「初歩的な泳ぎ」という言葉の導入はそのことを象徴している》としている。

そして、《初歩的な泳ぎでは、クロールや平泳ぎなど泳法の形にこだわらず、児童の現状（浮くことができる→呼吸ができる→進むことができる）を踏まえて泳ぐ。例えば「犬かき」や「ドル平」のような形で泳ぐことを意味する》としながら、《泳法にこだわらない価値観へと転換をすることは簡単ではないので、時間をかけて試行錯誤しながら経験知を増やしていくことが重要である》と指摘している：対比実践報告B。

Ⅲ. 実践報告の提示

□実践報告A□

『9回目で 泳げた65m！』

～水泳嫌いが ドルヒラと出会って～

中標津町立養老牛小学校 中 島 義 夫

泳げることが珍しい

本校地域では町に唯一の温水プールがあるのみ。市街地の子であれば、夏休みに遊びに行くこともあるだろうし、プールを身近に感じる子もいる。しかし市街地の子でも、プールに行く楽しみがない子は、ほとんど行かないのが実態である。ましてや本校のような僻地の子は自分で行くことはできず、夏休みに巡回バスを利用してようやくプールに行ける実態である。従って、この地域の子（親も含め）で泳げる子は本当に少ない状況である。

水泳教室のみが唯一のチャンス

そんな状況の中で泳げるようになるには、年4回程度の水泳教室しかない。しかも水泳の楽しさや興味、意欲を持つ機会は小学校中学年程度までであろう。それ以降は興味を持たせるのが非常に難しく、ましてや中学校では期待できなくなるのが現状である。

ドルヒラを取り入れて5年目

本校がドルヒラを取り入れて今年で5年目。それまでは他校と同様に“バタ足指導”であった。6年間で泳げるようになる子は少なく2割程度。当初中学校も併置していたが、その半分以上の子が水泳教室に参加しない状況だった。しかし、ドルヒラを取り入れたその年から、高学年はほ

とんど全員が100m以上泳げるようになった。たった4回の水泳教室で大きく様変わりし、その年から「プール大好きッ子」がほとんどになり、夏の巡回バスも他の郡部校が利用減で廃止の中で、本校だけが突出して利用するようになる。

転校してきたR

市街地大規模校からRが転校してきたのは2年前の4年生時。成績も運動能力も高く、一躍本校のスターである。万能に見えたが、苦手はスキーと水泳。スキーは未経験で仕方ないが、水泳は？ 大規模校の一斉水泳学習の中では「できなくて普通」状態であったろう。ところが本校ではほとんどが泳げるようになってくる。そんな中でRの苦しみが始まった。

4年生の

同じ4年生の子は早くも深いプールで25m以上泳いでいる。Rは水慣れも不十分だが真面目で負けず嫌いでもあり、一生懸命やるのだが、呼吸も浮きもできない状況であったようだ。結局浅いプールで“連続呼吸2、3回程度”で終わっている。

5年生では

高学年クラスになり私が担任。同学年の子は100m以上泳いでおり、6年生の3人も同様である。そんな中、必死で（私も泳げるようにさせると断言したし）付いて練習したが、呼吸ができてきても浮きが悪い。脱力ができない状況であった。しかも欠席が1回あり、最終的に20mを越えた程度でその年を終えてしまった。

卒業、最後のチャンス

とにかく小学校時代に泳げる楽しさを覚えて卒業！と、本人と話していた。進学する中学校ではプール学習は無いらしい。ハワイに行っても熱帯魚は見られないぞ！と。本人もその気になっている。こういうときは負けず嫌いが幸いする。何とか工夫する知恵も持ち合わせている子であるし…。

信念を曲げて

1回目の授業から補助具を使うことにした。今まで補助具は「百害あって一利なし」と決めつけていた。“結局補助具を取ったら元にもどるだけ”との信念があったから。しかし今回は“呼吸での安心感が脱力に結びつけられれば”との思いで使うことにした。5年生にも浮きの悪い子がいたため、二人に腰に「浮き」を着けて練習させてみた。

結果

二人とも浮きが確保できるため、楽に呼吸に専念し、脱力してできる。Rは浮きをつけて75m

泳げたが、浮きを外すと20m程度。しかし、もうひとりの5年生がなんと初めて25m泳げた！昨年までが12m程度だったのがいきなりの成果である。あとはRだけである。

今日は1回目の水泳があった。中プールで呼吸の練習をしてから大プールにいった。

こしに、うく道具をつけて泳いだら75mだった。そして道具をとって泳いだ。すぐにしずんでってなかなか長いきよりが泳げなかった。25mいきそうだったときも足の方がしずんできてしまってたって終わってしまった。そのときは すんご〜くくやしかった。

次のときの課題が見つけれれた。とにかくあせらずにということ。力をぬいてうくということ。今年中には絶対25mは泳げるようになるぞ〜!!

その日のRの日記より

そして2回目（通算9回目）の水泳教室

今回は補助具の浮を1つ減らし「1個の浮き」を着けてスタート。しかし、1個では浮きは十分に機能しなく、補助具に頼ることをやめた。

何だか今日は少し楽しみだった。ほじょを1つへらしてつけてみると全然だめで、どうして前は75m行けたのかとても不思議だった。全然だめだったからほじょをとってやった。すごく苦しくなったけれど25mいけた。とてもうれしかった。そのあと25mをもう一度目標にして泳いでみた。25mはとても楽に泳げてそこでやめようかと思ったけれど、まだいけそうだったからまた泳いだ。50mごろから呼吸が苦しくなって、苦しくなってしまうからどんどんペースが早くなってしまった。大体65mぐらいだった。苦しくなってもあせらず組み立てなおさなきゃ続かないなあとと思った。でも、ことしは25m泳げるようになったから、夏休みもたくさんプールに行きたい!!

その日のRの日記より

最後に

あれほど苦しんだ25mもそこをクリアすると次には175m、そして最後は350mを泳ぎ切ったばかりではなく、先に進んでいたKまでも追い抜いてクロールまでもきれいに泳げるようになってしまった。本人の気持ちの強さや順応力がそうさせたのかもしれないが、呼吸と脱力をクリアしたことが結果を生み出したと考えている。今までこんなに苦勞して25mの壁をクリアし、こんなに一気に伸びていく子もいなかったせいも、私としては驚きである。自分の中での補助具対応感が邪魔していたとも思える。その子に合った手だてや何を目的として補助具等を利用するかにもよるのであろう。そのような意味では今年の水泳教室は画期的であったといえる。そして「水泳

って楽しい」と思って卒業させることができホッとしている。

《参考文献》

みんなが輝く体育 小学校高学年体育の授業、学校体育研究同志会編、創文企画 2007

□実践報告B□

すべての子ども達に水泳の楽しさを

～養老牛小学校の水泳学習 体育の授業づくり～

中標津町立養老牛小学校 米 谷 豊 彦

1. 「ドルヒラ泳法」とは

中標津町の小学校の水泳指導の実態は、詳しく調べたわけではありませんが、回数的にはおそらくどの学校も年間3～4回ぐらいで、1回の時間が2～3時間、しかも学校から町のプールまでの移動時間を含めてです。1回の水泳学習の実質的な学習時間は1時間から1時間半というところでしょう。この指導時数で、6年間で卒業するまでに全ての子ども達に水泳の楽しさを味わわせ、泳げるようにするには、「面かぶりクロール」からの指導では無理があると考えました。私達は泳げるということの意味を次のように考えています。

泳げる = 呼吸ができる + 浮く + 進む

そこで全校で取り組んでいるのが「ドルヒラ泳法」です。足はドルフィンキック型、手は平泳ぎ型であることから『ドル平』と呼ばれています。大きな特徴は思い切りリラックスして、呼吸（息継ぎと、頭の動き、手足の協応動作）を確立することです。

- ①「い～ち、に～い（のびてー）」
- ②「さ～ん（ゆっくり首を始動）」
- ③「ぱっハッ（呼吸）」（手で水を押さえると同時に頭を上げて）
- ④「ぼちゃーん（頭を水中にいれる）」
- ⑤「ぼーん、ぼーん」（ドルフィンキックを2回）

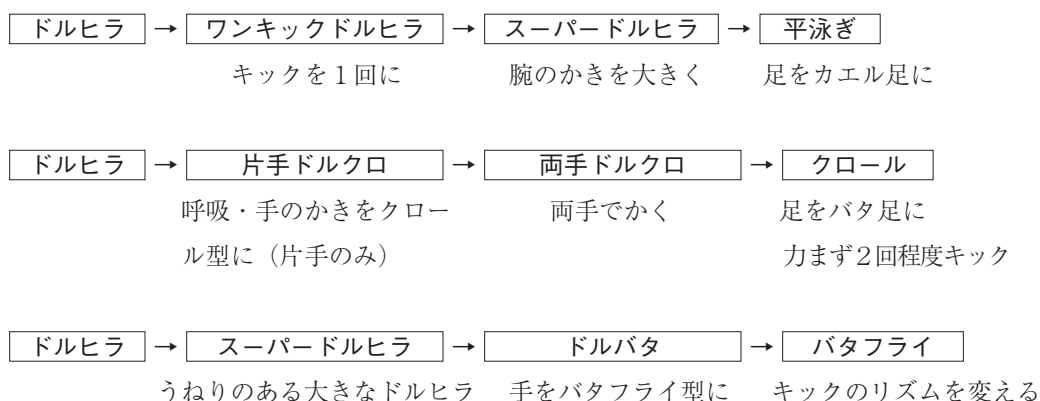
これらを“ひとまとまり”として、繰り返します。リラックスと呼吸法を最初に位置づけ、これを獲得した子ども達は飛躍的に泳ぐ距離を伸ばしていきます。初心者がより短い時間で泳げる

ようになり、水泳の楽しさを味わうことができます。

2、基礎泳法ドルヒラから近代泳法へ

ドルヒラは、ただ早く泳げるようになるだけではありません。そこで獲得した泳ぐための基礎技術を生かし、リズムや動きを少しずつ変化させていくことによって、近代泳法と言われる他の泳ぎ（クロール、平泳ぎ、バタフライ）に発展させていくことができます。

途中の細かい指導法についてはここでは割愛しますが、大まかに表すと次の通りです。



3、2010年の取り組み

養老牛小学校でも高学年になるとドルヒラから近代泳法への発展に取り組んでいます。

（1）ビデオを撮って泳ぎを比べてみよう

「3・4年生もだいぶ泳げるようになってきたなあ。でもまだちょっとぎこちないんだよね。」

「A君、距離はだいぶ長く泳げるようになったけど、あんな恰好でいいのかな。次の泳法につながるだろうか。どうしたらいいかなあ。」

「そしたらさ、ビデオ撮って見せてやれば。」

自分の泳ぎは自分で見ることはできません。自分では言われたことをやっているつもりでも上手くていけないことがあります。上手な子と一緒に泳いでいるところをビデオに撮って、違いを意識させようということになりました。そこで3・4年生と一緒に6年生のB君がモデルとして泳いでもらうことになりました。

効果は観面でした。ビデオを見て、B君のゆったりとしたリラクゼーションと水中姿勢が自分たちと違うことに気が付いた3・4年生。泳ぎが変わりました。距離が飛躍的に伸びたのです。

（2）ドルヒラで泳げればいいのか

リラックスしてゆっくりと首を上げる呼吸と手足の協応動作ができるようになると、ドルヒラで何百メートルも泳げるようになります。しかし中には多少のバランスが悪くても長い距離を泳

げる子がいます。肥満傾向の子です。とにかく浮きます。ドルヒラは理にかなった泳法なので、浮いてリラックスできれば誰でもかなり長い距離を泳げるのです。それだけでも「バタ足、面かぶりクロール」の指導で、結局小学校を卒業するまでに殆ど泳げる状況にならない子ども達と比べると素晴らしいことだと思います。しかしできれば「ドルヒラ」が最終目的ではなく、そこで身につけた基礎を利用して、クロールや平泳ぎ、バタフライへと発展させてやりたいのです。それには「美しいドルヒラ泳法」を獲得しなければなりません。

(3) 近代泳法につなげるために

「ドルヒラ泳法」の最大の特徴であり、近代泳法の基礎となる技術、それはリラクゼーションとストリームラインであると言われています。ストリームラインとは伏し浮きの状態です。ドルヒラで呼吸をした後、水中に没したとき、首が起きて弓なりになっている状態ではなく、顔が前に伸ばしている腕より下に出て、しっかりと体を伸ばす状態です。ストリームラインはすべての泳法に共通します。このストリームラインを伴うドルヒラこそ「美しいドル平泳法」なのです。

例えば、クロールを獲得するためには、ドルヒラで首を前から上げて呼吸していたものを、体をローリングさせて横から天井を見るように呼吸しなければなりません。ストリームラインができていないとローリングすることが困難になります。また平泳ぎではストリームラインがしっかりとできることによって水の抵抗が少なく、前に推進することができます。近代泳法の獲得は養老牛小学校の来年の水泳学習の課題です。そのためには「美しいドルヒラ泳法」で長い距離を泳げなければなりません。

4、ドルヒラをカリキュラムに

なぜ養老牛小学校の水泳ではドルヒラ泳法に取り組むのか。道東の、日常の水辺文化のない冷涼な山間の小さな小学校において「すべての子ども達に水泳の楽しさを味わわせてやりたい」。そのために「すべての子ども達を泳げるようにしてやりたい」。たかが体育という1教科の1単元を大事にし、このことを通して全教職員で子ども達を育てようという思いなのです。

「ドルヒラ泳法」の指導に至るまでには、研修等のステップを踏むことで全教職員の共通理解を図り、教員誰もがドルヒラを中心とした水泳学習を指導できるという体制を作ってきています。もちろん「〇ちゃんがうまく呼吸ができないのはどうしてかなあ」「こういうつまずきのある子はどうしたらいいんだろう」等々、指導者みんなで相談し合い、試行錯誤の繰り返しです。そんな中で子ども達がどんどん上達し、何百メートルも泳げるようになる姿を見ることは、教師として至福の喜びです。

5、まとめに変えて

新学習指導要領での「水泳」に関し注目すべきは、3・4年次に記されている「呼吸をしながら初歩的な泳ぎをすること」という表現が入ったことです。これまで『ドル平』は学習指導要領

の観点からすれば異端視されていました。しかしこの文章を読む限り、呼吸もせずに「面かぶりクロールで行けるところまで」との指導に比べ、呼吸をしながら初歩的な泳ぎをする「基礎泳法としてのドルヒラ」は系統的にも優位性があり、注目すべき指導内容と考えます。

参考文献

「たのしい体育スポーツ」学校体育研究同志会、2009 6月号 創文企画

IV. 結語

我々が検討する仮説は、学習指導要領に示される「発達の段階に応じた指導内容の明確化」と「何を教える必要があるのか」との点に集束される。

『その1』では、類似動作の干渉を避けるため“目線（視線の方向）を動きづくりの基底”とし、転移内容を明示して運動領域の順列を検討・提示してきた。具体的には、①歩行での下方向目線を上方向目線へ変移させる：シュートボール→ハンドボール→バスケットボール、②動作リズムの変移：3歩のリズム→3位相→動作リズムのコミュニケーション（マイネル、1991）、③戦略の変移：ドリブルの意味（パスの意図）→ハドルの意味（コンビネーションとフォーメーション）、と模式化できる。

『その2』では、動作焦点を“首の先行操作”とし、①基礎泳法での呼吸動作において、②クロールでの呼吸動作の干渉作用への対応、③平泳ぎを含めた姿勢の制御へ、と転移を図った。

以上の論点から次のようにまとめられる。

- A. シュートボールからハンドボールへと発展させる実践過程で、“シュートを決めるおもしろさ”と“シュートゾーンへボールを運ぶおもしろさ”の両極が見られること。それは、ゴールゾーンを狭めシュートに着眼する志向（例えばバスケットボール）とゴールゾーンを広げボールの保持に着眼する志向（例えばフラグフットボール）といえる。戦術的には、“ボールを保持しシュートまで”との内容を持つが、学習指導要領でゴール型に位置づけられる「陣取り型教材」の特質を吟味する基点になると考える⁽⁵⁾。即ち、中学年で目標としている「運動種目として成立する以前の基本的な動きや技能を身に付けること」から「各運動領域の特性に応じた基本的な技能を身に付ける」との高学年の狙いに反映するものとする。
- B. 「3相の基本構造」（マイネル、1991）の獲得が中心的課題といえる教材では、リズム走（障害走）を跳動作の位相へ、そして器械運動の位相へと転移させた。そこでは、準備相と主相との関係を重点的におさえ、終相を確実に意識できることを指導上のポイントとした。ここでも“目線”を転移させ視覚的な定位を図り、「頭の舵取り機能」を体幹への伝導に繋げている。そして、「非周期動作行動」を「順次的結合」へと発展させる“器械運動系のシンクロ化”は、学習指導要領に示される「中学年の「楽しくできるようにする」をやや程度を高め、運

動の楽しさや喜びをより一層深める」との高学年の狙いに対応するものと考ええる。

C. 水泳指導での基礎技術を“呼吸の確保”とし、そして“浮く・進む”との系統化を提示してきたが、「呼吸を伴って浮くこと」が初心者の恐怖感をより軽減するものと考ええる。本実践では“平浮呼吸”がもつ技術的内容を重視し、“浮いて（体幹制御）+呼吸”の動作伝導の獲得を図っている。よって、その過程での補助具の導入は“個別のスマールステップ”であり、低学年での“バブリングやボビングの狙いの転移（潜った状況での体感意識）”が問われ、系統化とは区別できると考える。

さいごに、本旨に対比させて提示した実践は、複式校でのレポートであり、低・中学年の系統化と中・高学年の系統化を見据えた体育科の内容構成に繋がるものと考ええる。

注

- (1) 『その1』でマイネル (1991) が指摘する「干渉現象」に関し、「筆者らはとくに水泳・スキー教材で留意している」と記した。本論はその意を継ぐものであり、取り上げた実践レポートについても『その1』と同様の整理を配している。尚、本学の水泳指導は、公営プール・集中授業形式で実施している。
- (2) 『ドル平』は学校体育研究同志会 (1974) の知見が本源であるが、我々は「ドルフィンキック+平泳ぎ」との泳法そのものに着目することに留まらず、クロールや平泳ぎへ発展する基礎泳法との見方を重視し、あえて「ドルヒラ」と表記している（大瀬・毛馬内、1981）。
- (3) (4) 本旨では、「姿勢制御」を“腕・体幹・脚の制御とし「体幹制御」を含む”との意で用いている。
- (5) その「志向」の是非を問うものではなく、動作リズムのコミュニケーション機能（マイネル、1991）を広義に捉え、そこにも教材個々の特質を明確にした“転移の系統化”の必要性があると考えている。
 ≪運動の共同実施とグループリズムは、動作リズムのコミュニケーション機能にもとづいています。したがって、運動学習のなかでリズムをコミュニケーションの要素として意識して利用することができます。運動リズムの転移作用によって、動作を形成するための、いろいろな道が拓かれるのです。≫

参考文献

- 石井美晴・菊池秀範編 (2007)、保育の中の運動あそび、萌文書林、pp.65
- 大瀬 隆・毛馬内常夫 (1981)、水泳の技術指導についてードルヒラ泳法から平泳ぎ・ドルヒラ泳法からクロールへの発展過程についてー、札幌商科大学論集第29号、pp.249-260
- 大瀬 隆・中島義夫・米谷豊彦 (2013)、転移と指導プログラムー小学校体育科運動領域の順列化(その1)ー、札幌学院大学人文学会紀要第94号、pp.117-153
- 大貫耕一 (1992) わかり・できる 体育の指導、マットの授業、えみーる書房
- 桐生良夫 (2005)、幼児の動きづくり、杏林書院、pp.113-116
- 小学校学習指導要領解説 (2008)、文部科学省、pp.12
- 小学校学習指導要領の解説と展開 (2008)、教育出版、pp.140
- たのしい体育・スポーツ (2008)、学校体育研究同志会編、7、創文企画
- たのしい体育・スポーツ (2009)、学校体育研究同志会編、6、創文企画
- 椿本昇三 (2011) 新学習指導要領で水泳系は、何が、どう変わったのか、体育科教育・7、大修館書店、pp.10-13
- 北海道の教育、合同教育研究全道集会実行委員会編
- (2006) オープニングはベンチャーズーシンクロナイズド鉄棒ー、pp.181-182
- (2007) 対話を軸にー共学び みんなでタッチダウン、ーフラグフットボールー、pp.176-180
- (2008) みんなでじゃまじゃまサッカー、pp.163-168

- 9回目で泳げた65m ～水泳嫌いがドルヒラと出会って～、pp.168-171
(2009)ホームランをねらえーラケットベースボールー、pp.177-183
(2011)すべての子ども達に水泳の楽しさを、pp.217-222
オリンピックをめざそうーマット運動ー、pp.227-231
(2012)より高くより美しくー台上ハンドスプリンダーー、pp.177-183
マイネル／シュナーベル(1991)、綿引勝美訳、動作学、新体育社 pp.56,134,140,141,157,319-322,327
マイネル(1981)、金子明友訳、スポーツ運動学、大修館書店、pp.208,209,218
マイネル(1980)、動作学(上)、pp.191
みんなが輝く体育(2006)、小学校中学年体育の授業、学校体育研究同志会編、創文企画
みんなが輝く体育(2007)、小学校高学年体育の授業、学校体育研究同志会編、創文企画
山内基広・鷺尾弘明(1995)、わかり・できる 体育の指導、鉄棒の授業、えみーる書房

(おおせ たかし 本学人文学部教授 体育方法専攻)
(なかじま よしお 中標津町立中標津東小学校教諭)
(よねや とよひこ 別海町立西春別小学校教諭)